

**برنامه گنج حضور با اجرای پرویز شهبازی
را در سایت زیر تماشا فرمایید.**

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت صد و شصت و یکم





خانم شکوه



با سلام،

غزل شماره ۲۰۰۲ دیوان شمس، گویی مکالمه ای صمیمانه و دلسوزانه‌ی مولانا است با انسانی که هنوز در شک و تردید است. انسانی که هنوز فکر می کند مسبب خوشبختی اش هم هویت شدگی ها هستند... انسانی که بین تدبیر و تسلیم مردّد ایستاده است...

تو سَبَبِ سَازِی و دَانَايِی اَن سُلْطَانِ بَیْنِ
اَنچِه مُمْکِن نَبُود، دَر کَفِ او اَمکَانِ بَیْنِ

همیشه اینطور آموخته و تجربه کرده ای که هر معلولی علتی دارد. یک عمل بطور قطع به یک نتیجه‌ی مشخص می انجامد و البته این برداشت تو در عالم مادی در اغلب موارد درست است. اما وقتی به مسائل معنوی و دنیای ماوراء طبیعت می رسد، دیگر این قوانین و مراتب آنگونه که تو تصور می کنی صدق نمی کنند. آگاهی و دانایی تو از جهان مادی و یا تکنیک پیشرفت تو در جهان مادی لزوماً به پیشرفت معنوی تو کمکی نمی کند. در این راه، این "او" است که تصمیم می گیرد چه عملی لازم است و چه کاری درست است و نتیجه‌ی آن چیست.

شاید از نظر تو تبدیل از هوشیاری جسمی به هوشیاری حضور کاری غیر ممکن باشد و کوشش در این راه، تلاشی عبث. اما وقتی پذیری که این کار در حیطه‌ی تخصصی عقل و آگاهی زمینی تو نیست، و خود را به دست "او" بسپاری، در کمال شگفتی می بینی که آنچه غیر ممکن می پنداشتی ممکن می شود.

ما انسانها عادت کرده ایم برای هر چیزی دستورالعمل بنویسیم، آن هم با جزییات. این دستورالعمل ها بر اساس آگاهی ما از علوم طبیعی و با پشتوانه تجربه عملی و بررسی های آماری بدست می آیند و بکار گرفته می شوند. برخی موفقیت آمیز هستند و ماندگار می شوند و برخی برای عده ای کار می کنند و برای عده ای دیگر کار نمی کنند. برخی برای برهه زمانی خاصی کاربرد دارند و بعد از مدتی بدرد نخور می شوند. در این میان بشر سعی کرده است برای رشد معنوی هم دستورالعمل ابداع کند.

اما در واقع دستورالعمل اصلی در این راه، یک بند بیشتر ندارد، یک کلمه بیشتر در این کتاب قطور "چگونه به حضور برسیم؟"، وجود ندارد و آن کلمه یا مفهوم "تسلیم" است. شرط اصلی همین است. تسلیم، یعنی پذیرش اتفاق این لحظه بدون قضاوت و مقاومت ... تعریفش را می دانیم.

اما درک عمیق این کلمه برای ذهن انسان دشوار است. چون ذهن درست عکس تسلیم، یعنی قضاوت و مقاومت را خیلی خوب بلد است!

مولانا می گوید، تو خودت را به دستان خداوند بسپار و بجای استدلال های ذهنی، بین "او" چه راهی پیش رویت می گذارد و بپذیر و مقاومت نکن، قضاوت نکن و بین که چطور غیر ممکن، ممکن می شود.

أَهْنِ أُنْدَرَ كَفِّ أَوْ نَرْمَتْرَازِ مَوْمِي بَيْنِ
 پِيشِ نَوْرِ رُخِ أَوْ، أَخْتَرِ رَا پَنَهَانَ بَيْنِ

می بینی که همین جسم مادی و ذهن تو که فکر می کنی از فرط سختی و زمختی به عالم لطیف و آسمانی نمی تواند راه یابد، در کف "او" به موم نرم و انعطاف پذیر تبدیل می شود. یعنی تو در جسم مادی و سخت خود هستی. ولی روح لطیف تو با "او" و دیگر موجودات پیوند می خورد. نور وجود تو با نور "او" و "دیگران" در هم می آمیزد و محو می گردد.

نَمِ اَنْدِيشَه، بِيَا قُلُومِ اَنْدِيشَه نَغْر
 صَوْرَتِ چَرخِ بَدِيدِي، هَلَه اَكْنُونِ جَانِ بَيْنِ

وقتی تسلیم می شوی، می بینی این آگاهی و علم، حس و درک تو از جهان، حتی در عالی ترین مرتبه اش، در مقابل واقعیت هستی، چون نمی است در مقابل یک اقیانوس. گویی آنچه تا پیش از آن آموختی، تنها یک تصویر دو بعدی مبهم از واقعیت را، آنهم از یک زاویه خاص دید تو، و از یک دریچه ی باریک، به تو نشان داده است...

و حال تو نه تنها همه ی ابعاد آن واقعیت را از همه ی زوایا می بینی، بلکه انگار جزوی از آن واقعیت می شوی. گویی آن واقعیت را زندگی می کنی، اینچنین درکی از جهان پیدا می کنی.

جان بِنَفروختی ای خَر، به چُنین مُشتری
رو به بازارِ غَمَش، جان چو علفِ آرزان بین

تو برای رسیدن به چنین سطح آگاهی، باید تسلیم می شدی و جان ذهنی خود را در ازاء آن در کف "او"، این مشتری با شکوه و دانای ابتدا و انتهایت می گذاشتی، تا خرد کل را به تو بدهد. اما تو دلت لرزید و حاضر به فروختن این نم، در ازای اقیانوس نشدی. چسبیدی به همین عقل ناقصت، ترسیدی ضرر کنی. فکر کردی بدون این آگاهی محدود، زمام امور از دستت خارج می شود. باید بگویم که تن ندادن به چنین معامله ی پر سودی خریّت محض است. می گویی نه، به بازار عشق "او" برو و ببین که این عقل تو به اندازه ی علف هم ارزش ندارد.

هر که بفسرد، برو سخت نماید حرکت
اندکی گرم شو و جنبش را آسان بین

بخاطر از دست دادن هم هویت شدگی‌ها به درد افتاده ای، و ارتعاشات عشق اولیه که در بدو تولد در وجودت بود ضعیف شده اند، و زندگی و حرکت و پویایی به نظرت سخت و غیر ممکن می نماید. بیا و تسلیم شو و برای هر اتفاقی که افتاده و تو را ناراحت کرده جا باز کن. می بینی که این تسلیم و پذیرش، روزنه ای می شود برای ورود گرمای عشق "او" به وجود تو. کافیهست کمی گرم شوی تا دوباره حرکت و زندگی برایت آسان شود.

خُشک کردی تو دماغ از طَلَبِ بَحْث و دلیل
بِفْشَانِ خَوِیشِ زِ فِکْرِ و لَمَعِ بَرّهَانِ بَیْنِ

تو آنقدر که با بحث و دلیل و منطق به دنبال ثابت کردن باورهایت که حاصل دید ناقص ذهن تو از واقعیت هستند، به این و آن هستی، جانت خسته و وامانده شده است.

گویی آب حیات به جان تو نمی رسد و دل تو که باغ اسرار خداست، خشک و بی حاصل شده است. لحظه ای از فکر بیرون بیا و سکوت کن و در سکوت، درخشش برهان قاطع و قانع کننده که همان وجود خود تو است در غیاب فکر، را مشاهده کن. علت جر و بحث انسان عدم حس امنیت است. در واقع انسانی که در مورد باورهایش یا درست بودن مسیری که در زندگی پیش گرفته است، با دیگران به بحث و گفتگو می پردازد، در واقع می خواهد خودش را قانع کند که راه درستی را انتخاب کرده است... و تنها زمانی انسان بطور قطع قانع می شود که واقعیت را ببیند یا حتی ورای آن خودش جلوه ای از واقعیت باشد. و انسان تنها زمانی جلوه ای از "او"ست که سکوت کند.

هست میزان معینت و بدان می سنجی
هله میزان بگذار و زر بی میزان بین

علت اختلاف تو با دیگران و عدم پذیرش اتفاقات دور و برت این است که همه کس و همه چیز را با ترازوی معین و تعریف شده ی باورهای ذهنی می سنجی. بد و خوب می کنی.

سعی می کنی عیار زر هر کس و هر وضعیت را با ذهنت محک بزنی. اما کافیست که از قضاوت و سنجش دست برداری تا به جواهر بی نهایت با ارزش و غیر قابل سنجش پنهان در انسانهای دیگر و وضعیت ها دست پیدا کنی.

نَفْسِ مَوْضِعِ تَنگِ وَ نَفْسِ جَایِ فَرَاخِ
مِی جَانِ نَوْشِ وَ اَز آن پَسِ هَمِه رَا مِیدَانِ بَینِ

تا وقتی با ذهن قضاوت می کنی، یک لحظه در عذاب هستی و یک لحظه در لذت. وضعیتی را مطلوب می سنجی و وضعیتی را نامطلوب. چرا که باز، داری از دریچه ی کوچک ذهن به وضعیت ها نگاه می کنی و تصویر کامل و جامعی نداری، قبل و بعد آن وضعیت را نمی دانی، بنابراین قضاوت تو مقطعی و شخصی است.

اما وقتی تسلیم شوی و دست از قضاوت برداری و به تنها معامله ی سود آور که همان دادن آگاهی جسمی به "او" در ازای آگاهی حضور است تن بدهی، آنگاه آب حیات در باغ وجودت روان می شود و اسرار "او" بر تو روشن می شوند و دید عدم را پیدا می کنی.... و اول و آخر همه را می دانی و به کل ماجرا احاطه پیدا می کنی و می بینی که همه لطف است و عشق است و لذت و فرح بخشی و مستی.

سُحْرُ كَرْدِه سَت تُو رَا دِيُو، هَمِي خَوَان قُلْ اَعُوذُ
چونك سَر سَبَز شُدِي، جُمْلَه كَل و رِيحَان بِيِن

چرخش افکار تو را گیج و مسحور خود کرده است. برای رهایی از آن به "او" پناه ببر. به "او" که وقتی اراده کند، شب تاریک جهل به پایان می رسد و روشنایی بیداری نمایان می گردد. به "او" پناه ببر، از شر تاریکی، از شر آنچه گذشته، و از شر جادوگر ذهن که نیروی زندگی را، آب حیات را، بجای صرف کردن در آبیاری بذرهای عشق که پروردگار در دل انسان کاشته است، صرف آبیاری خارها و علف های هرز ترس و خشم و تنفر می کند.

وقتی شر ذهن دفع شد، آب حیات در بیابان خشک وجودت جریان می یابد و بذر عشق جوانه می زند و رشد می کند و سبز و تازه و با طراوت سر بلند می کند و آنگاه تو، فارغ از طلسم دیو ذهن، می بینی که زندگی همه عشق است و بوی خوش و گل و سبزه.

چون تو سرسبز شدی، سبز شود جمله جهان
اتحادی عجیبی در عرض و آبدان بین

چرا که وقتی تو سبز می شوی، وقتی تو قلبت به عشق ارتعاش می کند، طنین آن در قلب موجودات دیگر نفوذ می کند و بذر خفته ی عشق در وجود آنها بیدار می شود و کم کم کل جهان سبز عشق می شود. آنگاه است که می بینی یکپارچه شده ای و بیرون و درون تو هر دو سامان گرفته اند. همه چیز با هم می خواند، و اتحاد باور نکردنی بین افکار و رفتار، جان و تن و روانت برقرار می گردد. جان از روانت فرمان می برد و تنت را به حرکت در می آورد و به سویی می برد که شایسته است.

چون دمی چرخ زنی و سر تو بر گردد
چرخ را بنگر و همچون سر خود گردان بین

شاید باور نکنی! اما همه چیز به تو بستگی دارد! تا حالا شده دور خودت بچرخ و یک لحظه بایستی و سرت را به بالا برگردانی؟ می بینی همه ی عالم دور سرت در حال دوران است. خیلی ترسناک است، اما این توهمی بیش نیست. همین اتفاق وقتی تند تند فکر می کنی می افتد. هر چه فکر می کنی در جهان اطرافت هم همان را می بینی و چون افکارت پریشان هستند، دنیا هم پریشان می نماید. وقتی به خدا پناه ببری و از شر این افکار غیر ضروری رها شوی، می بینی که همه چیز در اطراف تو سامان می گیرد.

زانکه تو جزو جهانی، مثل گل باشی
چون که نو شد صفتت، آن صفت از آرکان بین

چرا که تو جزوی از این جهان هستی و نمونه ای از کل هستی، و وقتی اوضاع بیرون تو عوض می شود، نشانه‌ی عوض شدن افکار تو است. به عبارتی اتفاقاتی که در بیرون می افتند، جلوه گر یا اثر افکار تو هستند. وقتی فکر تو نو می شود، چون فکر تو انرژی و قدرت دارد، بر روی دنیای اطراف تو نیز اثر می گذارد و آن را نو می کند.

همه آرکان چو لباس آمد و صنّعش چو بدن
چند مغرور لباسی، بدن انسان بین

و البته افکار همچون لباسی هستند بر تن صنع "او"، همچون دستکشی که روی دست آفرینشگر "او" کشیده شده اند. به افکار سازنده ات افتخار نکن، بلکه به قدرت صنع "او"، دم "او" که با تسلیم در تو دمیده است، افتخار کن.

روی ایمان تو در آینه اعمال بین
پرده بردار و درآ، شغشعه ایمان بین

رفتار و کردار تو جلوه ای از درجه ایمان تو، درجه‌ی گسستن از هم هویت شدگی‌ها و زنده شدن به حضور هستند. هر چه اهمیت هم هویت شدگی‌ها برایت کمتر می‌شوند، عدم در مرکز تو نمایانتر می‌شود و یقین تو به "او" و قدرت "او"، و سبب سازی "او" برای رسیدن به خوشبختی بیشتر شده است. پس پرده‌ی هم هویت شدگی‌ها را از جلوی چشمانت کنار بزن تا تشعشع نور یقین را ببینی.

گر تو عاشق شده‌یی، حُسنِ بَجو، احسانِ نی
ور تو عَبَّاسِ زمانی، بِنشینِ احسانِ بین

تکلیفت را با خودت روشن کن! اگر عاشق "او" شده‌ای، پس دیگر عشق هم هویت شدگی‌ها را در دلت قرار نده و با اینکار روز به روز بیشتر جلوه ای از "او" بشو و صفات "او" را پیدا کن. و اگر هم عاشق "او" نیستی و گدای هم هویت شدگی‌ها هستی، پس بنشین و محو آنها شو.

لابه کردم شه خود را، پس ازین او گوید
چونکه دریاش بجوشد در بی پایان بین

هر چه من سخن گفتم دیگر بس است. به "او"، به شاه خود التماس کرده ام که از اینجا به بعد "او" بجای من سخن بگوید. و چون "او" به سخن در آید، وقتی دریای عدم به جوش و خروش آید، مرواریدهای رحمت بی پایانش را به نظاره بنشین، تا یقین پیدا کنی!

انسان در طول زندگی کوتاه خود، همه‌ی کوشش خود را می کند که برای خودش کسی بشود. اینکه چه می خواهد بشود، بستگی به ارزش‌های فرهنگی و اجتماعی و خانوادگی اش دارد. ولی هر چه هست، یک تصویر از یک آدم موفق و دوست داشتنی برای خود مجسم کرده است و هر کاری می کند، در جهت ساختن و نگهداری کردن از آن تصویر است. این تصویر کالایی است که انسان در طول زندگی خود با استفاده از قدرت ذهن و استعدادهای جسمی و فکری خود تولید می کند و می خواهد به دیگران عرضه کند. مشتریان انسان کیستند؟ پدر و مادر، همسر، فرزند، همکار، و دوستانش. مشتریانی که با ترازوی ذهن و بر اساس تصویر ساختگی خودشان کالای انسان را ارزیابی می کنند، و یا می پسندند و اگر خیلی منصف باشند، تایید می کنند، و یا از روی حسادت یا عدم تطابق با تصویری که آنها در سر دارند، آن را تایید نمی کنند.

در هر دو صورت انسان سرخورده و افسرده می شود. چون هم تایید آنها فانی است و هم عدم تایید آنها باعث دلسردی. مولانا می گوید، اشتباه انسان این است که منظور اصلی از زندگی را متوجه نشده است، می گوید تو سالها در پی تولید کالای بدلی بوده ای. برای جلب توجه مشتری سعی کردی کالای مرغوب تری تولید کنی. ولی هر چه بیشتر کوشش کردی، سرخورده تر شدی.

مولانا می گوید، کار تو معامله ی "عشق" است، و مشتری تو "او" است.

و "او" حتی حاضر است این کالای بدلی که زحمت کشیدی و ساخته ای را از تو بگیرد و در ازاء آن به تو خمیره و جوهری که برای خلق آثار عشق در دنیا لازم داری را بدهد. اما تو حاضر به چنین معامله ای نمی شوی و بجای دریافت گوهر اصل و درخشان عشق، دو دستی به جواهرات بدلی که با تکیه به ذهن ساخته ای، چسبیده ای و آنها را رها نمی کنی.


جالب است که انسان همین برخورد را در مورد کالای دیگران هم دارد. بجای اینکه در دیگران عشق را جستجو کند و ببیند، از آنها قدرت، تایید، پول، هدیه، آبرو و وجهه اجتماعی می طلبد. از همه مهمتر رفتاری است که با کودکانش دارد. مثل این است که کودک در سینه اش یک یاقوت بزرگ درخشان داشته باشد و بخواهد آن را نشان بدهد ولی از او انتظار می رود جواهرات بدلی بسازد، و پدر و مادر چنان مشغول واریسی این جواهرات بدلی (یعنی رفتار، گفتار، نمره، نظم،...) می شوند که به او فرصت نمی دهند جواهر اصلی اش را نشان بدهد... حال آنکه وقتی به کودک عشق عرضه شود و عشق طلب شود، دیگر موارد بصورت خودکار و بدون هیچ کوششی سر جای خودش قرار می گیرد. در واقع صفات و عملکرد مقبول و پسندیده در سایه ی برکت عشق جاری می شوند نه برعکس.

با احترام
شکوه 



خانم زهرا سلامتی از زاهدان



با درود و سپاس بر تمامی کائنات و عالم هستی و آقای شهبازی نازنین.
 برنامه ۸۴۵ و داستان سفر مجنون بسوی لیلی با ناقه اش 
 -مثنوی، دفتر چهارم، ابیات ۱۵۳۳ الی ۱۵۶۱

به نام خداوند عشق  

روزی مجنون سوار بر شتر خود شد تا به کوی لیلی برود. مجنون شتر را می‌راند. اما شتر نیز برای خود لیلی دیگری داشت. لیلی او گره اش بود که در طویله مانده بود. زیرا تاب سفر نداشت. پس هم مجنون عاشق بود و هم شتر. و آن دو ضد با هم جمع نمی‌شوند و نمی‌توانستند همراه مناسبی برای یکدیگر باشند. از این رو، هرگاه شتر افسار خود را سست می‌دید و درمی‌یافت که مجنون به خواب رفته و یا از او غافل شده است، فوراً جهت حرکت را معکوس می‌کرد و به سوی گره خود باز می‌گشت.

مجنون نیز مدتی بعد به خود می آمد و می دید که فرسنگ ها از مقصد دور شده است ... و خلاصه برای مسافرت سه روزه سال ها در دشت و هامون سرگردان بود. تا اینکه مجنون دید که با این شتر نمی توان به کوی لیلی رسید. پس خود را از شتر به زمین افکند و او را در هامون یله کرد. این سفر، خود نماد سفر هوشیاری ذهنی به سوی هوشیاری حضور است.

از آنجایی که ذات ما خداییت است و میل و امکان زنده شدن در ما نهادینه شده، ما بایستی به خداوند زنده شویم و هوشیاریمان بر روی هوشیاری اولیه منطبق گردد. ما مجنون این سفر هستیم و عزم و اراده سفر به سوی لیلی جان خود را داریم. ولی وسیله سفر را اشتباه انتخاب کرده. در حالی که سفر کردن، خود وسیله مناسب سفر را می خواهد که در زمان مقرر ما را به سر منزل مقصود برساند.

و اما سفرنامه این داستان  

۱- وسیله ای که برای سفر انتخاب می کنیم، بایستی براق بصیرت باشد. نه شتر هم هویت شدگی هایمان که دارای بار غم های دو زمان مجازی گذشته و آینده است که تمام توجه زنده این لحظه را می رباید.

۲- عینکی که در این سفر باید به همراه داشته باشیم، عینک بی رنگی و مرکز عدم است. نه عینک همانیدگی های شتر ذهنی که با کوچکترین لغزش و خطا ما را به عقب بر می گرداند.

۳- مسیر سفر بسیار سخت است و دشوار و پر از فراز و نشیب. پس با اراده راسخ و کمک نیرو و خرد زندگی، می توان مسافت سفر را طی نمود.

۴- چاشنی و مزه این سفر پرهیز است و درد هوشیارانه، که در واقع وقتی که سوار بر شتر من ذهنی که پُر از همانیدگی هاست می شویم، او هم خواسته و امیالی دارد و می خواهد به مراد دل خود برسد. پس بسیار کینه توز و لجباز است.

۵- نیرو و کشش مجنون رسیدن به لیلی و خدایت است. ولی جاذبه من ذهنی و شتر، همواره ما را به سوی عقب و دردها می کشاند.

۶- نوری که بایستی راه را برای ما روشن نگه دارد، نور هوشیاری حضور و ناظر ذهن بودن است و خود را زیر نورافکن قرار دادن و لحظه‌ای از خود غافل نشدن.

۷- در این سفر بایستی با مرکز عدم و فضاگشایی و سبکبال و خالی و تهی از هر چیزی قدم گذاشت.

۸- عقل و هوشیاری این سفر خرد کل است که تمامی کائنات را اداره می کند.

۹- پیوسته و مداوم باید حواسمان به سفر باشد و تمرکز روی خود. و این ناقه و من ذهنی بسیار چالاک و منتظر فرصت. چرا که ما بیشترین نیرویمان را به او داده ایم.

۱۰- زمان رسیدن به مقصد که همان لیلی و خداییت درون ماست، سه روزه و کوتاه مدت است. نه طولانی کردن و ماندن در افسانه من ذهنی.

۱۱- در این سفر دو عاشق وجود دارد. یکی مجنون که عاشق خداییت و لیلیست، و دیگری شتر که همان من ذهنیست و عاشق گره و دردهای حاصل از آن. که این دو ضد با هم جمع نمی گردند.

۱۲- نیرو و قدرت تصمیم و اختیار در دستانمان، که آیا با شتر همانیدگی به سفر ادامه بدهیم یا خود را از آن جدا سازیم؟

۱۳- هوشیاری حضور و من ذهنی هر دو راهزن هستند و راه خود را می زنند. اگر هوشیاری حضورمان زیاد بشود، زندگی را از همانیدگی ها بیرون می کشی. و اگر سوار شتر همانیدگی ها باشیم، زندگی لحظه ما ربوده می شود.

۱۴ - شتر من ذهنی عاشق خار و دردهای همانیدگیست، که هم برای خودش درد ایجاد کند و هم برای دیگران.

۱۵ - آگاه و هوشیار به اینکه ما اگر سوار بر شتر هم هویت شدگی‌ها باشیم، او ما را به سرمنزل مقصود نمی‌رساند و بایستی راه خود را از او جدا سازیم.

۱۶ - پریدن و پرت کردن خود از شتر من ذهنی، پایان دادن به غم و پایان دادن به جهد بی‌توفیق است.

۱۷ - شجاعت و جدا شدن از شتر من ذهنی هم هویت شدگی‌ها معادل با سوراخ سوراخ شدن بدن است که خود، همان از دست دادن آبرو دروغین و اعتبارات است که در من ذهنی سرمایه‌گذاری کرده‌ایم.

۱۸ - در نتیجه، با مرکز عدم، و مقاومت و قضاوت صفر و بی اعتبار کردن شتر من ذهنی، گویی در دستان نیرو و خرد زندگی می‌شویم، که چوگان عشق الهی همواره با وحدت ما را بزند و جذبه و عنایت الهی هر دو به کار خود مشغول.

و در پایان: وقتی که خرد بی منتهای کائنات سرگرم کار است، زندگی شخصی کوچک من زهرا را هم اداره می‌کند.


ای ز غم مُرده که دست از نان تهی است
چون غفور است و رحیم، این ترس چیست؟
- مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۸۷

پرانرژی و سالم بمانید.
خیلی ممنون، خدا نگهدار شما.
- زهرا سلامتی، از زاهدان.



با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود





برنامه گنج حضور با اجرای پرویز شهبازی
را در سایت زیر تماشا فرمایید.

www.parvizshahbazi.com